

SULLA TUA PAROLA  
**Leggere il Vangelo oggi**



SalvatoreMiscio

# Saziati da Cristo

LA RISPOSTA AI BISOGNI DELL'UOMO  
NEL VANGELO DI GIOVANNI

Prefazione di Domenico Battaglia



© 2025 Fondazione Apostolicam Actuositatem ETS  
Via Aurelia, 481 – 00165 Roma  
[www.editriceave.it](http://www.editriceave.it) – [info@editriceave.it](mailto:info@editriceave.it)

*Editing e impaginazione:* Fondazione Apostolicam Actuositatem ETS

*Foto di copertina:* shutterstock.com | Bernardo Ramonfaur

Per i brani biblici è stata utilizzata la traduzione della Cei  
© Fondazione "Santi Francesco d'Assisi e Caterina di Siena",  
Roma 2008, per gentile concessione.

Per i brani del Magistero © Dicastero per la Comunicazione  
– Libreria Editrice Vaticana

ISBN: 978-88-3271-519-4

## INTRODUZIONE

# POCO TEMPO E TROPPO FAME

Il libro si propone di rileggere e meditare alcune pagine del Vangelo secondo Giovanni, per imparare da Gesù a riconoscere i propri bisogni e saperli soddisfare in un rapporto schietto e profondo con Lui, che è l'unico vero alimento della nostra vita. Può risultare davvero utile questo percorso formativo nell'epoca attuale, che ha creato dei ritmi di vita molto frenetici a tal punto da rendere sempre più difficile l'ascolto di se stessi e dei propri bisogni, alla ricerca di modi di soddisfarli sempre meno autentici e sani. Sempre più frequentemente si verifica l'intrecciarsi della mancanza di tempo con una fame sempre più grande. Si diventa voraci ma non sempre di cose veramente nutrienti. Come ha scritto papa Francesco:

Quando siamo tentati di navigare in superficie, di vivere di corsa senza sapere alla fine perché, di diventare consumisti insaziabili e schiavi degli ingranaggi di un mercato a cui non interessa il senso della nostra esistenza, abbiamo bisogno di recuperare l'importanza del cuore<sup>1</sup>.

Gesù è capace di versare il vino e spezzare il pane per chi ha sete e fame.

La lettura dei brani sarà stimolata anche dalla piramide dei bisogni di Maslow: fisiologia, sicurezza, appartenenza, stima, autorealizzazione<sup>2</sup>. Ad essi si aggiunge il bisogno più grande, alla base di tutti, che è quello religioso. Inoltre, si ten-

<sup>1</sup> FRANCESCO, *Dilexit nos*, Lettera enciclica sull'amore umano e divino del Cuore di Gesù Cristo, 24 ottobre 2024 (d'ora in avanti solo *Dilexit nos*), 2.

<sup>2</sup> Si tenta un dialogo tra teologia e scienze umane: «Dal momento che non è sufficiente la preoccupazione dell'evangelizzazione di giungere a ogni persona, e il Vangelo si annuncia anche alle culture nel loro insieme, la teologia – non solo la teologia pastorale – in dialogo con altre scienze ed esperienze umane, riveste una notevole importanza come far giungere la proposta del Vangelo alla varietà dei contesti culturali e dei destinatari» (FRANCESCO, *Evangelii gaudium*, Esortazione apostolica sull'annuncio del Vangelo nel mondo attuale, 24 novembre 2013 – d'ora in avanti solo *Evangelii gaudium* –, 133).

ta di analizzare l'intreccio tra i bisogni e l'offerta che Gesù fa per soddisfarli, sia a livello personale sia comunitario. L'incontro con Gesù diventa non solo l'occasione di riconoscere la verità dei propri bisogni, non solo la possibilità di soddisfarli in maniera più piena, ma soprattutto diventa l'occasione per imparare a trovare una pienezza nuova, per viverli come segni che rimandano a qualcosa di più grande. La categoria di "segni" nel Vangelo di Giovanni è fondamentale. Dal bisogno al segno, dal segno al sogno, quello da condividere con Dio stesso, il sogno del suo Regno. La gratificazione dei bisogni fondamentali è il più decisivo passo verso l'autorealizzazione, ma è importante notare che questi «sono suscettibili di soddisfazione soprattutto da parte degli altri esseri umani»<sup>3</sup>. Per questo motivo, ad ogni capitolo che analizza un tipo di bisogno a livello personale, ne segue uno che lo riprende dal punto di vista comunitario. Ognuno deve essere consapevole dei propri bisogni, tuttavia non può provvedere ad essi da solo. Anche se potesse farlo tecnicamente, risulterebbe

<sup>3</sup> A.H. MASLOW, *Motivazione e personalità*, Centauria, Milano 2018, p. 379.

mancante dell'elemento essenziale che è l'altezza. Proprio per questo, il percorso degli incontri della gente con Gesù parte dall'esplicitare un bisogno per poi imparare ad affidarsi a un altro, a Qualcun altro. Già l'atto di chiedere è l'inizio della terapia. Negli episodi di guarigione, infatti, Gesù induce sempre le persone a esplicitare la domanda, anche nei casi in cui quanto desiderano è abbastanza evidente, perché la narrazione ha già anticipato il tipo di bisogno; come, ad esempio, all'inferno presso la piscina di Betzatà, al quale Gesù chiede se vuole guarire (Gv 5,6). Un efficace percorso di crescita (sia di sviluppo sia terapeutico) concilia sempre autoterapia e terapia di gruppo (o di comunità)<sup>4</sup>.

Ogni capitolo parte da un brano evangelico<sup>5</sup>, che viene seguito da alcune domande utili a stimolare (o esplicitare) quelle personali del lettore e quelle condivise nelle proprie comunità di appartenenza. Si ritiene che questo esercizio sia

<sup>4</sup> Ivi, pp. 407-410.

<sup>5</sup> Sono stati volutamente scelti episodi del Vangelo secondo Giovanni che descrivono momenti conviviali o che fanno riferimento al cibo, come simbolo di ogni fame (bisogno) dell'uomo, che solo nell'incontro col Cristo trova la vera sazietà.

fondamentale per avviare un intenso, profondo e personale dialogo con Gesù, vero nutrimento per ogni tipo di fame. Inoltre, può avviare un discernimento comunitario, perché l'esperienza di fede non sia mai al di là della vita concreta e dei suoi bisogni fondamentali, altrimenti non sarebbe incarnata. Anche la formazione deve sempre corrispondere al criterio dell'incarnazione. Al tempo stesso, la Parola di Dio deve poter avviare in ciascuno dinamiche di sequela e di conversione che liberano da ogni gestione patologica dei propri e degli altri bisogni. La fede è una chiamata a uscire dalla propria *comfort zone* per raggiungere la terra promessa che è l'altro<sup>6</sup>. Solo questo coraggioso esodo potrà permettere un'autentica autorealizzazione.

<sup>6</sup> S. Miscio, *Il sogno di Maria. La Chiesa conversa, converge e si converte*, Ave, Roma 2024, pp. 27-34.